

opusdei.org

"Mai puțin ecran, mai mult timp cu familia"

Interviu cu Joanna Raczyńska,
care locuiește în Polonia. Mamă
a doi copii, Joanna este graphic
designer și scrie câteva bloguri.

09.03.2016

**Scrii bloguri pe diverse subiecte și
deții câteva pagini de Facebook.
Calculatorul este și principalul
instrument pentru munca ta
profesională. Am putea spune**

faptul că, calculatoarele sunt pasiunea ta?

(râzând) Pasiunile mele o reprezintă familia și arta, însă soțul meu Marcin este programator și amândoi ne bucurăm de timpul petrecut în fața calculatorului și de descoperirea pas cu pas a posibilităților pe care Internetul le oferă. Găsesc acolo inspirație pentru munca mea și de asemenea numeroase oportunități pentru a ajuta la aducerea altor oameni mai aproape de Dumnezeu. Mulțumită Internetului pot împărtăși cu alții ideile mele și viziunea mea asupra lumii.

În ultimii ani s-au spus multe cu privire la pericolele Internetului. Nu numai datorită unui conținut dăunător, dar și deoarece poate crea dependență cu atâta ușurință. Cum pot fi copiii protejați de aceste pericole?

În primul rând, copiii trebuie să fie protejați prin instalarea de filtre, selectarea unor programe corespunzătoare și limitarea timpului petrecut pe web. Părinții trebuie de asemenea să își învețe copiii să aleagă cu înțelepciune și să nu cedeze tentațiilor. Copiii se atașează cu ușurință de calculator sau tabletă. Și cu cât un joc pe calculator este mai entuziasmant, cu atât un copil se va simți mai atras și va deveni dependent. De aceea încercăm să alegem jocuri care învață logica, unde nimeni nu împușcă pe nimeni și nimeni nu fuge de nimeni. De asemenea acordăm atenție conținutului grafic, asigurându-ne de faptul că este făcut cu bun simț și este potrivit pentru vârsta copilului.

Bunul exemplu al părinților este de asemenea foarte important și presupune mult din partea

acestora. Ce presupune acest lucru în cazul tău?

Aceasta este una din zonele unde văd foarte clar beneficiile creștine și formarea umană pe care o primesc în Opus Dei. Mulțumită acestui ajutor sunt foarte conștientă de faptul că timpul este o comoară pe care Dumnezeu mi-a dăruit-o, și de faptul că trebuie să îl folosesc cu grijă pentru a îi ajuta pe ceilalți și să nu îl irosesc gândindu-mă doar la propria persoană.

În Opus Dei am găsit inspirația necesară pentru a mă lupta în a avea o voință puternică, pentru a persevera în lupta împotriva propriilor defecte - făcând asta cu un spirit sportiv, fiind înfrânt și apoi luând-o de la capăt, setând scopuri mărunte, întotdeauna păstrând un simț al umorului și nelăsându-mă descurajată de propriile decepții.

Ai organizat o campanie socială numită "Mai puțin ecran, mai mult timp cu familia". Ai putea să numești câteva din scopurile sale?

Sunt o mare protectoare a avantajelor pe care le oferă Internetul. Așa cum am menționat, sunt foarte activă pe web. Însă familia necesită o atenție specială. De aceea, unele sugestii pe care le ofer sunt:

- Mai puțin timp în fața ecranului - mai mult timp pentru ceilalți
- Mai puține rețele de socializare - mai multe relații umane autentice
- Mai puțin televizor - mai multe board game-uri
- Mai puține „gustări” în fața ecranului - mai multe mese în familie
- Mai puține jocuri pe calculator - mai multe activități sportive

- Mai puțin Internet - mai multe cărți
- Mai puțin timp petrecut online - mai mult timp pentru somn
- Mai puțină Wikipedia - mai mult timp pentru studiu serios
- Mai puține gadget-uri - mai mulți prieteni

Ce alternative pentru ecran ai găsit? Ce alte activități plac copiilor, în plus față de jocurile pe calculator?

La o vârstă fragedă, copiii iubesc să petreacă timpul cu părinții lor făcând ceva activ. Și părinții se bucură foarte mult de împărtășirea pasiunilor lor cu copiii. Pentru unii asta ar putea însemna excursii, muzică, cititul... Atunci când copiii noștri erau încă foarte mici, petreceam foarte mult timp jucându-ne jocuri creative, construind jucării, făcând prăjituri, pictând... La acea

vârstă, pe copii îi încântă să facă lucruri alături de mama lor. Acum pe măsură ce au crescut, se distrează mai mult jucând board game-uri, cu tatăl preluând conducerea. Și atunci când vremea este bună, iubesc jocurile în aer liber. De asemenea ne asigurăm să petreacă timp cu alți copii de aceeași vârstă și să învețe să aprecieze o prietenie adevărată, ceva ce un calculator nu poate înlocui niciodată.

.....

pdf | document generat automat din
<https://dev.opusdei.org/ro-ro/article/mai-putin-ecran-mai-mult-timp-cu-familia/> (08.08.2025)